



LA CRUSTACERIE.FR
Poissons - Coquillages - Crustacés livrés

Pavé de saumon *Purée de céleri-rave* *Tombée d'épinards*

Pour 4 personnes | Préparation : 40 min | Cuisson : 30 min



INGRÉDIENTS

- 4 pavés de saumon
- 500 g d'épinards frais
- 1 céleri-rave moyen
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 gousse d'ail hachée
- 1 cuillère à soupe de crème fraîche
- Sel et poivre
- 1/4 de bouquet de coriandre fraîche
- 3 cuillères à soupe d'huile d'olive

PRÉPARATION

Épluchez et coupez en cubes le céleri-rave. Faites-le cuire à la vapeur pendant 20 à 25 minutes, ou jusqu'à ce qu'il soit tendre.

Pendant ce temps, lavez les épinards et essorez-les. Dans une grande poêle, faites chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive à feu moyen. Ajoutez l'ail haché et faites revenir pendant une minute. Ajoutez les épinards dans la poêle et remuez jusqu'à ce qu'ils soient bien ramollis et cuits. Salez et poivrez à votre goût.

Lorsque le céleri-rave est cuit, égouttez-le et ajoutez-y la crème fraîche. Utilisez un mixeur plongeant pour réduire le céleri-rave en purée lisse. Salez et poivrez à votre goût.

Pour l'huile de coriandre, hachez finement les feuilles de coriandre. Mélangez-les avec 3 cuillères à soupe d'huile d'olive extra vierge et réservez.

Dans une poêle antiadhésive, faites chauffer une cuillère à soupe d'huile d'olive à feu moyen-élevé. Assaisonnez les pavés de saumon avec du sel et du poivre et déposez-les dans la poêle, côté peau vers le bas. Faites cuire pendant environ 4 minutes, jusqu'à ce que la peau soit croustillante. Retournez les pavés de saumon et faites cuire pendant encore 2 à 3 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient bien cuits.

Pour servir, disposez une cuillère à soupe de purée de céleri-rave dans chaque assiette. Ajoutez une portion d'épinards sur le côté. Déposez un pavé de saumon sur les épinards et ajoutez quelques gouttes d'huile de coriandre.

Bonne dégustation !